

## **Kenbe Timoun Yo an Sekirite aprè Tanpèt lan**

Sa a se yon moman difisil pou moun sila yo ki te oblige evakye kay yo ak pou moun ki te gen posiblite tounen pou konstate jan kay yo andomaje.

Aprè tanpèt yo fin pase, sonje ke toujou gen anpil danje ki se konsekans gwo dega yo kite dèyè yo. Inondasyon se dezas ki pi kouran Ozetazini, e li provoke chak ane dega pou plizyè milya dola chak ane pou biznis ak fanmi yo.

Li empotan ke paran yo ak gadyen (siveyan) yo swiv rekòmandasyon yo ki anba a pou nou ka kenbe timoun yo an sekirite e alèz pandan netwayaj la.

### **Konsidere enpak emosyonèl yon Dezas**

Kantite dega yon dezas ka pwovoke konn depase, destriksyon kay e separasyon moun ak fanmi yo ak zanmi yo konn antrene anpil estrès ak enkyetid kay timoun yo. Li enpòtan pou nou pa neglige gade jan tanpèt sa a afekte timoun ki abite nan zòn sa yo epi ki pèdi bêt domestik yo, jwèt yo pi renmen yo, oswa lòt byen yo te atache a yo. Yo pa ka vrèman konprann sa k ap pase a.

Pou ede timoun yo reprann yo oswa fè fas ak sitiyasyon an, men kèk konsèy itil pou fè yo santi yo an sekirite ankò :

- **Limite tan yo pase devan televizyon:** Limite tan yo pase devan televizyon: Jan Gwo medya yo konsantre anpil sou dezas la ka fè jèn timoun yo pè e kamenm deranje adolesan tou.
- **Kenbe menm abitid yo:** Ede timoun nou yo santi ke yap viv nan lod, sa ki ka fè yo santi yo pi alèz oswa bay yon santiman ke yo konekte ak fanmi yo. Lè lekòl ak gadri yo ap louvri ankò, ede yo retounen nan aktivite nòmal yo tankou tounen nan klas, espò ak jwèt.
- **Kreye tan pou yo :** Ede timoun yo konprann ke yo anfòm e an sekirite nan pale, jwe ak fè lòt aktivite nou abitye fé an fanmi avèk yo. Pou ede timoun ki pi piti yo santi yo an sekirite epi yo kam, li yon liv yo renmen pou yo oswa jwe yon jwèt amizan nou ka jwe an fanmi oswa aktivite detant.

Pa blyie ke li bon pou nou poze yo kesyon konsènan sitiyasyon an. Pase yon titan ap pale ak yo sou evènman yo, fè yo konnen yo gen dwa poze kesyon e pataje enkyetid yo ak reyaksyon pa rapò a sitiyasyon an. Li bon tou pou timoun yo konnen, san nou pa chaje tèt yo ak enfòmasyon, sak pase nan fanmi an, lekòl yo, ak kominate a.

Paran ak gadyen yo ta dwe reponn kesyon yo san detay tan e onètman epi mande timoun yo opinyon yo ak lide yo. Vizite : [nctsn.org/trauma-types/natural-disasters](http://nctsn.org/trauma-types/natural-disasters) pou jwenn plis lide sou fason pou nou rasire timoun yo an sekirite.

Men kèk enfòmasyon pou ede ou prepare pou evènman dezas nan lavni:

### Prekosyon nan Inondasyon

- **Toujou gen yon je sou timoun ou yo** pou w ka anpeche yo jwe nan dlo a oswa alantou dlo inondasyon an. Li pa pran tan ni pa bezwen gen anpil dlo pou nwaye timoun. Nan anpil ka, timoun ki te nwaye yo te soti sou je mwens pase senk minit epi yo te sou siveyans youn oswa toulèe paran yo nan moman an.
- **Konnen kote atè a gen danje** epi anpeche timoun yo al jwe bò twou drenaj yo, kanal oswa kouran dlo, paske yo ka tonbe ladan yo, kwense oswa sa ka lakòz yo nwaye.
- **Fè atansyon ak sa ki ka lan dlo a lè** timoun yo jwe nan dlo kontamine sa ka fè yo vin malad oswa koulèv, rat ak lòt bèt sovaj ka mòde yo.
- **Siveye fil kouran ak tout aparèy ki pwodwi kouran** paske kouran elektrik ki sòti nan limyè nan lari a ka toujou aktif. Timoun ki antre an kontak materyèl sa a yo, si yo kanpe nan dlo a oswa chòk oswa kontak dirèk yon chòk ki ka touye moun.
- Aprann plis nan: [www.ready.gov/floods](http://www.ready.gov/floods).

### Sekirite Elektrik

- **Fèmen pòt la.** Anpil moun plen basen ak bokit yo avèk dlo pou itilize pou bwè oswa pou fè lesiv. Kenbe tout bagay nan yonsèl twalèt epi klete l pou timoun pití yo ki ka krenbe ladann. Sa a ka poze yon danje pou nwaye.
- **Fè atansyon si wap itilize balèn.** Batri yo ka kòmanse fini e moun yo ka gen rekou balèn. Asire pou kontwole timoun pitit yo bò kote yo epi pa blyie pou soufle pou etènn yo.
- **Fèmen veyikil yo.** Nan fason pou rechaje telefòn selilè ansanm avèk lòt aparèy elektwonik yo, moun yo ka kite veyikil yo ap mache nan fason pou yo itilize chajè veyikil yo. Asire ke timoun yo pa grenpe nan veyikil la epi demare l.
- **Kite l deyò ouvè.** Si ou gen yon dèlko gaz/pwopan pa janm fè l mache nan sousòl la oswa fèmen l nan garaj la.
- Aprann plis sou entènèt nan [www.redcross.org/prepare/disaster/power-outage](http://www.redcross.org/prepare/disaster/power-outage).

### Amizman pou Timoun yo

- **Jwèt:** Chwazi jwèt ki pa fini twò rapid. Candy Land, Chutes ak Ladders, ak Monopoly yo se bon jwèt pou jwe a nenpòt laj. Menm jwèt kat tankou Go Fish, War oswa Konsantrasyon ka bay anpil èdtan amizman.
- **Chèz Mizik:** Si ou gen kouran ak twa oswa plis timoun ou ka jwe yon jwèt chèz mizik. Sak pwa, kouvreli ki pliye oswa zorye yo ka itilize yo kòm chèz si espas la limite.

- **Simon Di:** Yon jwèt Simon Says ape de timoun yo travay sou konpetans tande yo e li ka ede soulaje nan enèji ki te bloke andedan.
- **Egzèsis:** Ajoute aktivite timoun yo ka fè nan yon klas jimnastik, sa ki gen ladan sote kòd, ba fiks, sote ak egzèsis detire. Sa a bon pou retire enèji pou timoun sa yo ki bloke andedan kay la.
- **Konstwi yon fò:** Anpile zorye ak kouvreli, epi kite yo bati libreman fò fanastik yo. Sa a kapab retire estrès yo, ak oumenm.
- **Desine oswea pentine:** Chak timoun, jèn oswa pi gran, renmen pou yo kreyatif.

## **Lyen itil**

- [www.ready.gov/coping-with-disaster](http://www.ready.gov/coping-with-disaster)
- Save the Children(Sove Timoun yo): ale nan [www.savethechildren.org](http://www.savethechildren.org) epi chèche “Tips to Help Kids Cope with Disasters.” (“Konsèy pou Ede Timoun Fè Fas a Dezas”)
- American Academy of Pediatrics (Akademi Ameriken pou Pedyatri): ale nan [www.healthychildren.org](http://www.healthychildren.org) epi chèche
  - o “Helping your Child Cope” “Ede Timoun Fè Fas”
  - o “Talking to Children about Disasters” “Pale ak Timoun de Dezas”
  - o “How Children of Different Ages Respond to Disasters” “Kòman Timoun Diferan Laj Reponn a Dezas”
  - o “How to Prevent Carbon Monoxide Poisoning” (“Kòman pou Prevni Anpwazònman Monoksid Kabòn”) epi “Flash Flood Recovery”.
- “Flash Flood Recovery” “Rekiperasyon apre Inondasyon Sibit”
- National Child Traumatic Stress Network: [www.nctsnet.org](http://www.nctsnet.org)